



あやべ松寿苑

養護

5月3日「憲法記念日」について思うこととは?



*憲法ができる法律があることに、国が治まり人間らしく生きていかねのだと想います。

*憲法ができる時は、まだ小さかった。総理大臣の吉田茂さんを信頼してました。
*変えて欲しい法律もあるが、憲法が変わらないと出来ない。

*憲法によって定められているので、日本は守られている面もあるが、いつよそこの国から日本の秩序が崩されるかわからんので怖いと思う。

*難しいことはわかりませんが、日本が今あるという事は、大切な憲法のお陰だと思います。これからも、やっかいな事件が起こりませんように思っています。
*憲法と法律がある事によって、良い事も悪い事も決めてくれる。国民にとって、大変良い事だと思います。

*何や聞いたことがあるけどどうわからん。
*ゴールデンウイーク中の一日。
*日本だけやなくていろんな国にもあるやろ?
*国（日本）が発展するようになりていう事を願つて作られたことを記念してその日になつたんやる?
*私たちのために作られた決まり事。戦争になつて平和で暮らさなあかんなあ。

ケアハウスウォーターヒルズ松寿



ケアハウスウォーターヒルズ松寿

〒623-0034
京都府綾部市田野町田野山2番地163
TEL0773-43-1850
開設／平成7年1月1日
定員／50人

60歳以上の方が、日常生活を主体的に安心・安全・快適に送られ、個人のプライバシーを尊重した高齢者向けの住まいです。

食事、入浴の提供の他、一時的に介護をする場合にはホームヘルパーの派遣やデイサービスなどの在宅福祉サービスを利用することができます。

遠慮なくご相談、見学においでください。
(電話も可)

フォト&スクラップ 令和5年5月 やすらぎ通り



▲ 今月の掲示物（特定施設ケアハウスたのやま）



第2特養

*憲法ができる時に、難しくて読みづらくなかった。憲法に則つて日本が平和に暮せていふのをやど悪く。
*そんな感じ、難しいなあ。

*難しきて読むのがつらくなかった。
*當時はそれじいのではなかつた。
*学校では勉強せずに作業ばかりだつた。

高齢者支援センター
松寿苑ディサービス



*全く分からん。
*難しい。
*當時は食べ物もなく、学校では勉強せずに作業ばかりだつた。

— グループホームたのやま —

トピックス

「心待ち」

昨年、初めて中庭の軒下にツバメが巣を作りました。しばらくすると可愛いヒナが巣から顔をのぞかせるようになり、ツバメの成長をご利用者とスタッフの楽しみとなりました。6月には立派に成長し、巣から飛び立ち早一年、今年もツバメが軒下に姿を見せるようになりました。今年は新しい巣作りをせず昨年の巣に戻り、最近は巣で過ごす時間が増えています。

「ツバメが来とるわ、可愛いなあ。ヒナはまだかなあ」と、毎日巣で過ごすツバメを見ながらヒナの誕生をご利用者と心待ちにしています。



— 特 養 —

トピックス

「美味しかった」

毎月（その月に生まれた方）誕生日を行っています。ホットケーキの生地を使ってどら焼きを作ったり、時には白玉入りぜんざいを作ったり、クレープを作ったり、トッピングもチョコレートや生クリームビスケット等ちりばめて食べいただいています。

「美味しかった」「可愛らしく飾り付けしたなあ」と笑顔で感想も頂いています。



— 養 護 —

トピックス

「力を合わせて」

気温が高くなりはじめたので、天気の良い日を選び、さつまいもを植える準備をしました。土を耕す作業は、見た目以上の重労働ですが、黙々と作業をされています。「子供のころ、手伝いさせられたから慣れてる。」と言われる方もあられ、あっという間に二列のうねが出来上りました。今年は例年より多くの、さつまいも苗を植える予定です。毎冬の石焼き芋が皆さんに好評で、「もっと食べたい。」との声がちらほら出てたので、思い切って植え付ける量を増やす事にしました！その分、作業量は増えますが秋冬の楽しみの為、皆さんで力を合わせて頑張っていきます。



— ケアハウスウォーターヒルズ松寿 —

トピックス

「ちょっといたずらさせて」

井戸前倉庫へ行く道に花だんがあるのはご存知でしょうか。昨年の秋頃に「ちょっといたずらさせて」と、ご利用者の方から声をかけられ、「いいですよ」と返答した所、時間を作って、花だんの方へ行かれていきました。

今年の春、暖かくなり、芽が出始め、「芽が出始めましたね」「あともう少し咲きそうですね」と、どんな花が咲くのか楽しみにしていた所、きれいなチューリップが咲きました。素敵ないたずらをありがとうございました！



高齢者福祉に関する
問題でお悩みの方
お気軽にご相談下
さい

綾部デイサービスセンター

発行所
綾部市田野町田野山2-169
第2松寿苑内
あんしん介護の窓口
TEL 42-0130
FAX 42-1610
令和5年5月15日発行

ワンポイント 介護

初夏の健康管理

「風薫る5月」は1年の中でも、とても爽やかな季節です。しかし、黄砂や紫外線、花粉症など、健康に影響する事柄とも付き合って行かないといけない季節でもあります。また日中の寒暖差が大きい日もあり、少し暑さに慣れてきた頃に梅雨が始まります。このような変化の差が自律神経の乱れを引き起こし、体調を崩しやすい状態になります。まずは食事から健康管理をしていきましょう。

体を温める食品は体温調節機能を助ける

- ・体を温める食材：根菜類…ごぼう、ニンジン、南瓜、大根、かぶ芋類…山芋、里芋、さつまいも
- ・体を冷やす食材：トマト、キュウリ、ナス、スイカ等夏に旬を迎える食材

ビタミンB群は疲労回復力をアップさせる

- ・ビタミンB1の多い食材：玄米・発芽米・全粒パン・豚肉、うなぎ
- ・ビタミンB2の多い食材：レバー、魚介類、乳製品、卵、納豆緑黄色野菜、キノコ類

たんぱく質は免疫力を高める

- ・たんぱく質の多い食材：肉、魚、卵、牛乳、大豆など
- ただし、脂肪の摂りすぎには注意



十分な睡眠と規則正しい生活、栄養バランスの整った食事で、体調を整えて、これから季節に備えていきましょう。



認知症 あんしんサポート 相談窓口

認知症に関する不安や悩み、介護の方法などのご相談に、個別に丁寧に対応しますので、お気軽にご相談ください。

相談日時 月～金曜日 10:00～16:00

グループホームたのやま
綾部市田野町田野山2番地13

0773-40-1237

小規模多機能そらいろ
綾部市上杉町花ノ木2番地3

0773-44-8100

にしやた松寿苑
綾部市岡安町大道16番地

0773-44-8007

相談日時については、ご都合に合わせて調整いたします。
いつでも、お電話してください。

季節感を楽しんで頂けるように



4月の半ばを過ぎると、そろそろ5月の飾りの準備が始まります。

デイサービスでは、利用者に季節感を味わって頂けるよう壁面や飾りを作っています。職員の発案ですが、なるべく利用者と一緒に作れるよう心掛けています。

今回は5月の定番の鯉のぼりの飾りを画用紙や折り紙等を使い仕上げました。利用者との作りながらの会話や仕上がりを楽しまれるワクワク感を大事にしています。

出来上がった飾りをベッドでお過ごしの利用者にも見て頂けるよう、ベッドの上に吊るしました。視線の先にある鯉のぼりを見る姿に笑顔が見られました。

日本の様々な行事、古き良きものを世代の違いはあります。いつも共通するのは、家族との懐かしい思い出のようです。



ふくしのえき広小路ご利用について、遠慮なくお尋ね下さい。

また、介護予防以外でご利用の場合も、ご相談ください。



第2松寿苑

43-1123

綾部市老人介護支援センター

42-0130

(0120-50-1698)

◎「ふくしのえき広小路」「デイサービスセンター」等、体験利用を希望される場合も、遠慮なく上記のTELでご相談ください。

LINEで相談! 福祉の仕事のいろいろはのい



QRコードを読み取って

LINEで気軽に仕事の相談ができます!

松寿苑「福祉のお仕事」相談窓口の大島です。

松寿苑でのお仕事のこと何でも気軽に聞いてくださいね!
人事担当者には言えないこと、聞けないようななまっちゃけトークもどうぞ!

松寿苑「福祉のお仕事」相談窓口 直通電話

080-8346-8052

どんな仕事をするの? お給料はどれくらい?

働きやすい職場なの?

資格がないけど働けるの? スキルアップできるの?

福利厚生、人材育成、ワークライフバランス…

お仕事のこと何でもご相談ください!



介護なんでも相談

ふくしのえき広小路

原則、午前9時~午後4時まで受付スタッフがいます
(土、日、祝日は休み)

※お話の内容により、本苑のケアマネージャーが「ふくしのえき広小路」に
いきますので、遠慮なくご相談ください。

【問い合わせ】0773-43-1123(松寿苑)

新型コロナウイルス 5月8日から5類に以降



- 当面は感染予防を継続します。
- 特に面会制限については、順次、緩和を進めていきます。
- 詳細は直接お尋ねください。

TEL 0773-43-1123(松寿苑)

魚のぼり

フォト&スクラップ

場所: 第2松寿苑玄関



ご利用者から寄贈いただいた鯉のぼり

✿ おすすめ献立 ✿



色々お芋のそぼろあんかけ

材料(4人分)

里芋
じゃがいも
力ボチャ
鶏挽肉 500g
合せて 100g

絹さや 少々
水溶き片栗粉 少々

煮汁
しょう油 50cc
みりん 50cc
水 300cc

作り方

- 芋類はそれぞれ食べやすい大きさに切る。
- 鍋に鶏挽肉を入れ、酒少々を振りかけ弱火にかける。白っぽくなってきたら全体にほぐす。
- ②に煮汁を入れ①も加え、フタをして中火にかける。沸騰してから弱火にし、柔らかくなるまで煮る。
- 芋類に火が通ったら絹さやを入れ、中火に戻して1分ほど加熱する。絹さやは取り出し色止めする。
- ④に水溶き片栗粉を少しづつ入れて、とろみをつける。
- 器に盛り、絹さやを散らす。※あろし生姜をかけても可。

ありがとうございました。

令和5年4月6日～5月4日

法人本部

(寄贈) 小呂町
靈友会

白波瀬孝雄

紙おむつ5袋
車いす1台